సాక్షి నంద్యాల

సోమవారం ၊ 10 ၊ జూన్ ၊ 2024



పల్లకోత్సవం
శ్రీశైలం టెంపుల్: భ్రమరాంబామల్లికార్జున స్వామి అమ్మవార్ల పల్లకోత్సవాన్ని ఆదివారం వైభవంగా నిర్వహించారు. లోకకల్యాణాన్ని కాంక్షిస్తూ అర్చకస్వాములు సేవా సంకల్పం పఠించారు.



నృత్య నీరాజనం
శ్రీశైలం టెంపుల్: ధర్మపథంలో భాగంగా ఆదివారం నిత్యకళారాధన వేదిక వద్ద రాజమండ్రి గుడివాడకు చెందిన కళాకారులు నిర్వహించిన సంప్రదాయ నృత్య ప్రదర్శనలు అలరించాయి.



రాజగోపుర నిర్మాణానికి విరాళం
కౌతాళం: ఉరుకుంద ఈరన్న ఆలయ రాజగోపుర నిర్మాణానికి కర్నూలుకు చెందిన ఎం. సతీష్ కుమార్ రూ.1,00,101 విరాళం అందజేశారు. దాతను ఆలయ అధికారులు సత్కరించారు.

న్యూస్‌రీల్

మల్లన్న దర్శనానికి పోటెత్తిన భక్తజనం



క్యూలైన్‌లలో నిలిచిన భక్తులు

శ్రీశైలం టెంపుల్: శ్రీ భ్రమరాంబామల్లికార్జున స్వామి అమ్మవార్ల దర్శనానికి భక్తులు పోటెత్తారు. ఆదివారం సెలవు రోజు కావడంతో ఉభయ తెలుగు రాష్ట్రాల నుంచే కాకుండా ఇతర ప్రాంతాల నుంచి వేలాది మంది భక్తులు శ్రీగిరి చేరుకున్నారు. వేకువ జామునే పాతాళగంగలో పుణ్య స్నానాలు ఆచరించి మల్లన్న దర్శనానికి బారులు తీరారు. క్యూలలో భక్తులకు ఎలాంటి ఇబ్బంది కలగకుండా ఆలయాధికారులు ప్రత్యేక చర్యలు తీసుకున్నారు. కాగా పలువురు భక్తులు మల్లన్నకు రుద్రాభిషేకం, అమ్మ వారికి కుంకుమార్చన తదితర ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించుకున్నారు.

దద్దణాలకు వరదనీరు



దద్దణాల ప్రాజెక్టులో చేరిన నీరు

బనగానపల్లె: మండలంలోని దద్దణాల ప్రాజెక్టుకు వరద నీరు వచ్చి చేరుతోంది. ప్రాజెక్టు ఎగువ భాగంలో గత నాలుగు రోజులుగా వర్షాలు కురుస్తున్నాయి. దీంతో ప్రాజెక్టులోకి 16 అడుగుల మేర నీరు చేరడంతో తాగు, సాగునీటి సమస్య ఉండదని పరిసర గ్రామ ప్రజలు, రైతులు సంతోషం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

జిల్లా వ్యాప్తంగా తేలికపాటి వర్షాలు

నంద్యాల(సెంట్రల్): నైరుతి రుతుపవనాలు విస్తరించడంతో జిల్లాలో కొన్ని రోజులుగా వర్షాలు కురుస్తున్నాయి. శనివారం సాయంత్రం నుంచి ఆదివారం ఉదయం వరకు పలు మండలాల్లో తేలికపాటి వానలు కురిశాయి. అత్యధికంగా శ్రీశైలంలో 23 మి.మీ, అత్యల్పంగా చాగలమర్రిలో 0.2 మి.మీల వర్షపాతం నమోదైంది. అలాగే అవుకులో 22.4, మహానందిలో 19, బనగానపల్లెలో 16.6, బండిఆత్మకూరులో 15.4, దొర్నిపాడులో 14.6, వెలుగోడులో 13.8, డోన్‌లో 8.6, కొలిమిగుండ్లలో 7.2, శిరివెళ్లలో 6.8, పగిడ్యాలలో 6.4 నంద్యాలలో 5, కోవెలకుంట్లలో 4.8, గోస్పాడులో 4.6, పాములపాడులో 2.6, ఆత్మకూరులో 1.8 మి.మీ వర్షం కురిసినట్లు అధికారులు తెలిపారు.

సంగమేశ్వరుడిని దర్శించుకున్న ట్రైనీ ఎస్పీ



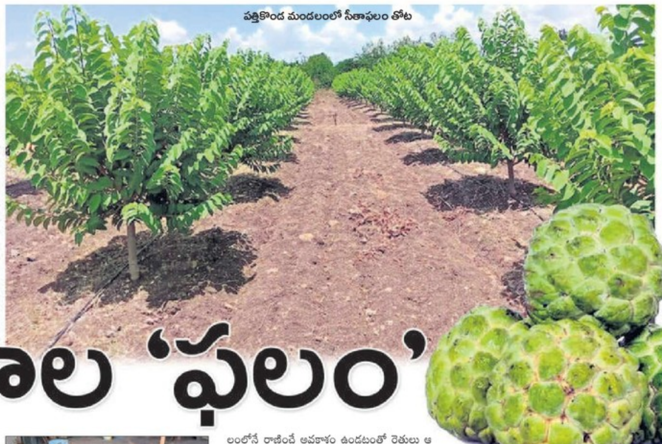
కొత్తపల్లి: పవిత్ర పుణ్య క్షేత్రమైన సప్తనది సంగమేశ్వరాలయాన్ని తెలంగాణ రాష్ట్రం మహబూబ్‌నగర్ జిల్లా ట్రైనీ ఎస్పీ చిత్తరంజన్ ఆదివారం దర్శించుకున్నారు. ముందుగా ఆలయ పురోహితులు ఆయనకు స్వాగతం పలికారు. తర్వాత ఆయన ప్రాచీన సంగమేశ్వరాలయంలోని వేపధారు శివలింగానికి ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. ఆలయ పురోహితుడు తెలకపల్లి రఘురామశర్మ ట్రైనీ ఎస్పీకి ఆలయ చరిత్ర వివరించారు.

18 ఎకరాల్లో సాగు చేస్తున్నా



సీతాఫలం సాగు బాగా కలిసి వస్తోంది. ఐదేళ్ల వ్యవధిలో 18 ఎకరాల్లో సీతాఫలం సాగు చేశాం. గత ఏడాది ఏడు ఎకరాల్లో పంట కాపునకు వచ్చింది. అన్ని ఖర్చులు పోనూ ఎకరాకు రూ.2 లక్షల ఆదాయం వచ్చింది. ఎకరాకు 340 మొక్కలు నాటుకున్నాం. గత ఏడాది ఎకరాకు ఐదు నుంచి ఆరు టన్నులు వరకు దిగుబడి వచ్చింది. టన్ను సీతాఫలం రూ.50 వేల నుంచి రూ.లక్ష వరకు విక్రయించాం.

– మహమ్మద్ రఫీ, పాలకుర్తి గ్రామం, కోడుమూరు మండలం



పత్తికొండ మండలంలో సీతాఫలం తోట

లాభాల 'ఫలం'

విస్తరిస్తున్న సీతాఫలం సాగు
- అన్ని రకాల నేలల్లో పండించేందుకు అనుకూలం
- వర్షాలు తక్కువైనా తట్టుకునే శక్తి
- సాగును ప్రోత్సహిస్తున్న ప్రభుత్వం
- ఉద్యాన శాఖ ద్వారా హెక్టారుకు రూ.25,440 సబ్సిడీ
- గ్రామీణాభివృద్ధి శాఖ ద్వారా మూడేళ్లలో రూ.2,14,178 చెల్లింపు

కర్నూలు(అగ్రికల్చర్): మధుర ఫలాల్లో సీతాఫలం ఒకటి. ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ, తమిళనాడు, ఒడిశా, అసోం, రాజస్థాన్ రాష్ట్రాల్లోని బీడు భూముల్లో, అటవీ ప్రాంతాలలో ఈ పంట ప్రకృతి సిద్ధంగా పెద్ద ఎత్తున సాగవుతోంది. సీతాఫలం సాగుకు జిల్లాలోనూ అవకాశాలు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. అక్కడక్కడ సీతాఫలం చెట్లను పెంచుకుంటున్నా.. మామిడి, అరటి, దానిమ్మ తరహాలో ఈ పంట కనిపించదు. సీతాఫలం సాగులో తక్కువ పెట్టుబడితో గణనీయమైన దిగుబడులు పొందవచ్చు. తక్కువ వర్షపాతం ఉన్న మెట్ట భూములు, ఏ పంటకు అనువుగాని భూముల్లో రైతులు ఇప్పుడిప్పుడే ఈ పంట సాగు చేస్తూ ఎక్కువ నికరాదాయం పొందుతున్నారు. సీతాఫలం ప్రాధాన్యతను గుర్తించిన ప్రభుత్వం కూడా రెండు, మూడేళ్లుగా ప్రోత్సహిస్తోంది. ఉద్యాన శాఖ, గ్రామీణాభివృద్ధి శాఖలు సీతాఫలం సాగుకు ప్రోత్సాహకాలు ఇస్తున్నాయి. 2023–24లో ఈ-క్రాప్ డేటా ప్రకారం 98 ఎకరాల్లో ఈ పంట సాగయింది. 2024–25లో సాగును పెంపొందించేందుకు అధికారులు చర్యలు చేపడుతున్నారు. శీతాకాలంలో మాత్రమే సీతాఫలం మార్కెట్‌లో కనువిందు చేస్తుంది. మామిడి, దానిమ్మ, డ్రాగన్ ఫ్రూట్‌కు దీటుగా సీతాఫలంలోనే రాణించే అవకాశం ఉండటంతో రైతులు ఆ దిశగా ఆసక్తి చూపుతుండటం విశేషం. సీతాఫలంలో పోషకాలు మెండుగా ఉండటంతో పాటు గుండె జబ్బులు, క్యాన్సర్ నిరోధకంగా పనిచేస్తోంది.



సీతాఫలం ప్యాకింగ్

ప్రోత్సాహకాలు ఇలా...
- సీతాఫలం సాగుకు సారవంతమైన నేలలు అవసరం లేదు.
- నీరు త్వరగా ఇంకిపోయే అన్ని రకాల నేలల్లో, ఇసుక నేలల్లో, చల్కా నేలల్లో, బీడు భూముల్లో.. సున్నం శాతం అధికంగా ఉన్నా, క్లోరైడ్ ఎక్కువగా వున్న సాగునీరు లభించే ప్రాంతాల్లోనూ పండుతుంది.
- సీతాఫలం చెట్ల ఆకులను పశువులు, మేకలు తినవు. ఇందువల్ల రక్షణకు ప్రత్యేక చర్యలు అవసరం లేదు.
- ఉద్యాన శాఖ సీతాఫలం సాగుకు రూ.25,440 రాయితీ ఇస్తోంది.
- గ్రామీణాభివృద్ధి శాఖ జాతీయ గ్రామీణ ఉపాధి హామీ పథకం కింద సీతాఫలం సాగును ప్రోత్సహిస్తోంది.
- మూడేళ్లలో రూ.2,14,178 (మొదటి ఏడాది రూ.97,094, రెండవ ఏడాది రూ.57,800, మూడవ ఏడాది రూ.59,248) చెల్లిస్తోంది.
- ఉపాధి హామీ పథకం కింద 385 పని దినాలు ఇస్తారు. ఒక పని దినం విలువ రూ.300 ప్రకారం రూ.1,15,576.. మెటీరియల్ కింద రూ.98,602 ప్రకారం చెల్లిస్తారు.
- ఉపాధి నిధులతో సతాఫలం సాగుకు జాబ్‌కార్డు తప్పనిసరి.
- ఎస్సీ, ఎస్టీ రైతులతో పాటు ఐదెకరాల్లోపు చిన్న, సన్నకారు రైతులంతా అర్హులే.

నీటి అవసరం తక్కువ

సీతాఫలంలో పూత, పిందె కొత్తగా చిగురిచ్చిన రెమ్మల మీద వస్తుంది. అందువల్ల వేసవిలో చెట్ల ఆకులు తొందరగా రాల్చాలి. ఆకులు రాలనట్లయితే కూలీల చేత ఆకులను తీసివేయించాలి. దీనివల్ల కొత్త చిగురు వచ్చి పూత వస్తుంది. వర్షాలు సకాలంలో పడుతుంటే సీతాఫలానికి నీరు కట్టాల్సిన అవసరం వుండదు. కాయపెరిగే దశలో 1–2 నీటి తడులిస్తే కాయల పరిమాణం పెరుగుతుంది. కాయల రంగు లేతాకు పచ్చగా వుండి, కళ్ల చదునుబారి, కళ్ళ మధ్య లేత పసుపు పచ్చ తెలుపులు కలగలుపుగా వున్నప్పుడు కోయాలి. దిగుబడి చెట్టుకు 100–110 కాయల వరకు ఉంటుంది.

జిల్లాకు ఈ రకం అనుకూలం...

సీతాఫలంలో పలు రకాలు ఉన్నప్పటికీ ఎన్ఎంకే-1 గోల్డ్ సోలాపూర్ హైబ్రిడ్ రకం అనుకూలమైనది. ఇందులో విత్తనాలు ఒకటి, రెండు మాత్రమే ఉంటాయి. గుజ్జు ఎక్కువగా ఉంటుంది. తీపీ ఎక్కువ. వారం రోజుల వరకు పండు ఉంటుంది. దేశీయ రకాలతో పాటు అధిక దిగుబడులను ఇచ్చే హైబ్రిడ్ రకాలు కూడా అందుబాటులో ఉన్నాయి. అందువల్ల సుదూర ప్రాంతాల ఎగుమతికి అనుకూలం. ఏడాదిన్నరకే కాపునకు వస్తుంది. మొదటి 3–4 సంవత్సరాల్లో వరుసల మధ్య వేరుశనగ, చిరుధాన్యాలు, లిన్‌సీడ్ లాంటి పంటల్ని వర్షాకాలంలోనూ.. శనగ, నూనె గింజల పంటల్ని శీతాకాలంలో అంతర పంటలుగా సాగు చేయవచ్చు.

సాగు పెరుగుతోంది



గత ఏడాది ఉమ్మడి కర్నూలు జిల్లాలో సాగు బాగుంది. తక్కువ పెట్టుబడితో నికరాదాయం ఎక్కువగా పొందే పంటల్లో సీతాఫలం ముఖ్యమైనది. అందువల్ల సాగు పెరుగుతోంది. నీటితో పాటు రసాయన ఎరువుల అవసరం కూడా తక్కువే. సీతాఫలం సాగుకు సబ్సిడీలతో పాటు ఏపీఎంఐపీ ద్వారా డ్రిప్ సదుపాయం పొందవచ్చు.

– పి.రామాంజనేయులు, జిల్లా ఉద్యాన అధికారి, కర్నూలు

ఉపాధి నిధులతో సీతాఫలం సాగు



సీతాఫలం సాగును విశేషంగా ప్రోత్సహిస్తున్నాం. గత ఏడాది ఉపాధి నిధులతో 98 ఎకరాల్లో సాగయింది. ఈ సారి కూడా జిల్లాలో కనీసం 500 ఎకరాల్లో సాగు చేయించాలనే లక్ష్యంతో ఉన్నాం. సీతాఫలం సాగుపై ఆసక్తి ఉన్న రైతులు సంబంధిత ఏపీఓలను సంప్రదించవచ్చు.

– అమరనాథరెడ్డి, ప్రాజెక్టు డైరెక్టర్, డ్వామా, కర్నూలు

టీబీ డ్యాంకు కొనసాగుతున్న ఇన్‌ఫ్లో

- 4.168 టీఎంసీలకు చేరిన నీటి నిల్వ



హొళగుంద: జిల్లా పశ్చిమ ప్రాంత ప్రజలకు ఎల్లెల్సీ కాలువ ద్వారా తాగు, సాగు నీరందించే కర్ణాటకలోని హోస్పేట్ వద్దనున్న తుంగభద్ర జలాశయానికి ఆదివారం ఇన్‌ఫ్లో నిలకడగా కొనసాగుతోంది. కొద్ది రోజులుగా డ్యాం ఎగువ భాగంలోని శివమొగ్గ, ఆగుంబే, తీర్థనహళ్లి, వరనాడు తదితర ప్రాంతాల్లో కురుస్తున్న వర్షాలతో డ్యాంకు ఇన్‌ఫ్లో మొదలైన సంగతి తెలిసిందే. స్వల్పంగా వరద నీరు డ్యాంలోకి వచ్చి చేరుతోంది. మే 31వ తేదీ ఇన్‌ఫ్లో జీరోగా ఉండగా నేడు 2,750 క్యూసెక్కులుగా ఉంది. అవుట్ ఫ్లో 8 క్యూసెక్కులుంది. ప్రస్తుతం టీబీ డ్యాంలో నీటి నిల్వ 1633 అడుగులకు గాను 1579.36 అడుగులకు చేరుకుంది. మొత్తం నీటి సామర్థ్యం 105.788 టీఎంసీలు కాగా ప్రస్తుతం 4.168 టీఎంసీల నీరు నిల్వ ఉంది. గతేదాది ఇదే సమయానికి 1581.8 అడుగుల వద్ద 5.018 టీఎంసీల నీరు నిల్వ ఉండేది.

అడ్వాన్స్‌డ్‌లో అదరగొట్టారు!

- ఆల్ ఇండియా లెవెల్‌లో ఉమ్మడి కర్నూలు జిల్లా విద్యార్థులకు 3,8 ర్యాంకులు

కర్నూలు సిటీ: జాయింట్ ఎంట్రెన్స్ ఎగ్జామినేషన్ (జేఈఈ) అడ్వాన్స్‌డ్ పరీక్ష ఫలితాలు ఆదివారం విడుదలయ్యాయి. జాతీయ స్థాయిలో టాప్-10 ర్యాంకుల్లో నిలిచి ఉమ్మడి కర్నూలు జిల్లాకు చెందిన విద్యార్థులు సత్తా చాటారు. బొగ్గులపల్లి సందేశ్ 3వ ర్యాంకు, కె.తేజేశ్వర్ 8వ ర్యాంకు సాధించారు. కె.హర్షవర్ధన్ 42, కె.శివనారాయణ 51, పి.ప్రణీత్ రెడ్డి 345వ ర్యాంకు కైవసం చేసుకున్నారు. మిట్నాల శివ జ్యోతిరాధిత్య ఈడబ్ల్యూఎస్ కేటగిరిలో 175, జి.త్రిశ 176, సర్వజిత్ 251, షాహెద్ అలీఖాన్ 278, సాకేత్ సాయి మణికంఠ 1237వ ర్యాంకు సాధించారు. నేషనల్ టెస్టింగ్ ఏజెన్సీ గత నెల 25వ తేదీ ఉదయం 9 నుంచి మధ్యాహ్నం 12 గంటల వరకు పేపర్-1, మధ్యాహ్నం 2.30 నుంచి సాయంత్రం 5.30 గంటల వరకు పేపర్-2 పరీక్షలు నిర్వహించారు. జిల్లాలో 920 మంది విద్యార్థులు పరీక్షలకు హాజరయ్యారు. ప్రిలిమినరీ ఆన్సర్ కీని జూన్ 2న విడుదల చేసి, 3వ తేదీన అభ్యంతరాలను స్వీకరించి, ఫలితాలను ఆదివారం విడుదల చేశారు.

చిన్నటేకూరు విద్యార్థుల సత్తా

కర్నూలు(అర్బన్): కల్లూరు మండలం చిన్నటేకూరు డాక్టర్ బీఆర్ అంబేడ్కర్ ఐఐటీ అకాడమీకి చెందిన విద్యార్థులు జేఈఈ అడ్వాన్స్‌డ్ పరీక్షలో ఉత్తమ ప్రతిభను కనబరిచారని ఏపీఎస్‌డబ్ల్యూఆర్ఎస్ఐ ఉమ్మడి కర్నూలు జిల్లా సమన్వయకర్త డా.ఐ శ్రీదేవి ఆదివారం ఒక ప్రకటనలో పేర్కొన్నారు. మొత్తం 61 మంది విద్యార్థులు పరీక్ష రాయగా 48 మంది అర్హత సాధించారన్నారు. అర్హత సాధించిన వారిలో వీ సంతోష్ (817), కే అనీల్‌నాయక్ (1,032), వై రాజు (1,529), ఎం అభిషేక్ (1,783), జీ మదన్ కుమార్ (2,543), ఆర్ వికాస్‌రాజ్ (2,971), హెచ్ రఘు (3,240) ఉన్నారని తెలిపారు. ర్యాంకులు సాధించిన విద్యార్థులను ఆమె ప్రత్యేకంగా అభినందించారు.

విజయ 'సందేశ'ం



సందేశ్‌కు కేక్ తినిపిస్తున్న తల్లిదండ్రులు రామసుబ్బారెడ్డి, రాజేశ్వరి

గోస్పాడు: నిర్దిష్టమైన ప్రణాళిక.. కష్టపడే తత్వం.. తల్లిదండ్రుల ప్రోత్సాహం.. ఆ విద్యార్థి అనుకున్న లక్ష్యాన్ని చేరుకునేలా చేశాయి. జేఈఈ అడ్వాన్స్‌డ్‌లో గోస్పాడు మండలం నెహ్రూనగర్ గ్రామానికి చెందిన బి.సందేశ్ ఆల్ ఇండియా ఓపెన్ కేటగిరిలో మూడో ర్యాంకు సాధించాడు. గ్రామానికి చెందిన బొగ్గులపల్లె రామసుబ్బారెడ్డి, రాజేశ్వరిలు వృత్తి రీత్యా ప్రభుత్వ ఉపాధ్యాయులు. వీరి మొదటి కుమారుడు సహిష్ణు హైదరాబాద్ ఐఐటీలో కంప్యూటర్ ఇంజినీరింగ్ చదువుతున్నాడు. రెండో కుమారుడు సందేశ్ చిన్నప్పటి నుంచి చదువులో చురుకుగా ఉండేవాడు. పదవ తరగతిలో 10/10, ఇంటర్‌లో 987/1000 మార్కులు సాధించి మంచి ప్రతిభ కనబరిచాడు. తెలంగాణ ఎంసెట్‌లో నాల్గవ ర్యాంకు సాధించి అందరి ప్రశంసలు అందుకున్నాడు. జేఈఈ మెయిన్స్‌లో 99.99 పర్సంటైల్‌తో ఆల్ ఇండియా 252వ ర్యాంకు సాధించాడు. జేఈఈ అడ్వాన్స్‌డ్‌లో 368 మార్కులకు 338 మార్కులు తెచ్చుకుని ఓపెన్ కేటగిరీలో ఆలిండియా మూడవ ర్యాంక్ కైవసం చేసుకున్నాడు. ఈ సందర్భంగా సందేశ్ మాట్లాడుతూ.. తల్లిదండ్రులు తనను బాగా ప్రోత్సహించారన్నారు. ఒక ప్రణాళిక ప్రకారం రోజుకు 12 గంటల పాటు చదివానని చెప్పారు. మంచి ర్యాంక్ వస్తుందని ఆశించానని, అయితే ఆలిండియా లెవల్‌లో 3వ ర్యాంక్ రావడం చాలా ఆనందంగా ఉందన్నారు. ముంబై ఐఐటీలో చదివి భవిష్యత్తులో సివిల్స్ పరీక్ష రాసి ఐఏఎస్ సాధించాలని తన ఆశయమని తెలిపారు. సందేశ్‌ను నెహ్రూనగర్ గ్రామస్తులు అభినందించారు.

ప్రతిభా 'తేజ'ం



తల్లిదండ్రులు శేఖర్, కృష్ణవేణితో తేజేశ్వర్

సరదాలకు దూరంగా ఉంటూ.. శ్రద్ధగా చదివి జేఈఈ అడ్వాన్స్‌డ్ ఫలితాల్లో కృష్ణగిరి గ్రామానికి చెందిన కె.తేజేశ్వర్ ప్రతిభ చాటాడు. గ్రామానికి చెందిన శేఖర్, కృష్ణవేణి ఇద్దరూ ప్రభుత్వ ఉపాధ్యాయులుగా పనిచేస్తున్నారు. చదువుల్లో కుమారుడిని అన్ని విధాలుగా ప్రోత్సహించారు. దీంతో పదో తరగతిలో 570, ఇంటర్మీడియట్‌లో 981 మార్కులు వచ్చాయి. జేఈఈ మెయిన్స్‌లోనూ ఆల్ ఇండియా లెవెల్‌లో 83వ ర్యాంకు వచ్చింది. అడ్వాన్స్‌డ్ ఆల్ ఇండియా లెవెల్‌లో 8వ ర్యాంకు సాధించాడు. ముందస్తు ప్రణాళికతో చదవడంతోనే ఉత్తమ ర్యాంకు వచ్చిందని, చాలా సంతోషంగా ఉందని తేజేశ్వర్ తెలిపారు. ముంబై ఐఐటీలో సీఎస్ఈ చదువుతానని చెప్పారు.

ఏఐ ఇంజనీర్ అవుతా



మా అమ్మ, నాన్నలు మిట్నాల సునీల్ కుమార్, కె.మాధవీలత. ఇద్దరూ కర్నూలు నగరంలోని ఒక ప్రైవేట్ పాఠశాలలో పని చేస్తున్నారు. సీబీఎస్ఈలో పదవ తరగతిలో 492 మార్కులు, ఇంటర్మీడియేట్‌లో 991 మార్కులు వచ్చాయి. జేఈఈ మెయిన్స్‌లో 99.91 పర్సెంటైల్‌తో ఈడబ్ల్యూఎస్ కేటగిరిలో 180వ ర్యాంకు వచ్చింది. ప్రస్తుతం అడ్వాన్స్‌డ్ 175వ ర్యాంకు రావడం సంతోషంగా ఉంది. ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ కోర్సు పూర్తి చేసి ఇంజినీర్‌గా రాణించాలని ఉంది. – మిట్నాల శివ జ్యోతి రాదిత్య

కాటేసే కాలం

- వానాకాలంలో పాముల సంచారం ఎక్కువ
- పొలాల్లోనే ప్రమాదం అధికం
- రైతులు, వ్యవసాయ కూలీలు అప్రమత్తంగా ఉండాలి
- విషపురుగు కాటేస్తే ఆలస్యం చేయరాదు
- అన్ని ప్రభుత్వాసుపత్రుల్లో మెరుగైన చికిత్స





పొలంలో వ్యవసాయ పనులు చేసుకుంటున్న రైతులు, కూలీలు

నంద్యాల: గ్రామాల్లో వ్యవసాయ పనులు ఊపందుకున్నాయి. ఇప్పటికే జిల్లాలో విస్తారంగా వర్షాలు కురుస్తుండటంతో వాతావరణం చల్లబడుతోంది. సాధారణంగా వర్షాకాలం ప్రారంభమైందంటే పాముల సంచారం పెరుగుతుంది. వేసవిలో అధిక ఉష్ణోగ్రతల కారణంగా పుట్టల్లో ఉన్న విష సర్పాలు చల్లటి వాతావరణానికి బయటికి వస్తాయి. ఈ సమయంలో రైతులు, వ్యవసాయ కూలీలు అప్రమత్తంగా ఉండాలి. లేకపోతే అవి కాటేసే ప్రమాదం ఉంది. ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ అంచనా ప్రకారం ఏటా 50 లక్షల మంది పాముకాటుకు గురవుతున్నారు. ప్రత్యేకించి పేద, గ్రామీణ జనాభా ప్రజలు ఎక్కువగా పాముకాట్ల బారిన పడి చనిపోతున్నారు. జిల్లాలోనూ ఇలాంటి సంఘటనలు చోటుచేసుకున్నాయి. గత ఒక్క ఏడాదే జిల్లాలో 244 మంది పాముకాటుకు గురయ్యారు. ప్రస్తుతం ఖరీఫ్ సీజన్ ప్రారంభం కావడంతో పొలాలకు వెళ్లే రైతులు, కూలీలు జాగ్రత్తగా ఉండాలని వ్యవసాయాధికారులు, వైద్యులు సూచిస్తున్నారు.

పాము ఎప్పుడు కాటు వేస్తుందంటే...

పొలం గట్లు, కాల్వ గట్లు, పశువుల పాకలు, గుబురు ప్రదేశాలు, పొదలు, గడ్డివాములు, పాడుబడ్డ ఇళ్లు, పేల్చిన కట్టెలు, పెంట దిబ్బల్లో విష పురుగులు ఎక్కువగా సంచరిస్తుంటాయి. ఆహారం కోసం రాత్రి సమయాల్లో బయటకు వచ్చే ఎలుకలు, బల్లులు, తొండలను అవి పట్టుకొని తింటాయి. ఇలాంటి ప్రాణులు ఎక్కువగా ఎక్కడ సంచరిస్తాయో సర్పాలు కూడా అక్కడే తిష్టవేస్తాయి. వీటికి చెవులు ఉండనప్పటికీ వాటి శరీరం కింద భాగంలో ఉండే ప్రత్యేక పొలుసుల ద్వారా శబ్ధ ప్రకంపనలను గ్రహిస్తాయి. వేడి రక్తం ప్రవహించే జంతువులు, మనుషులు సమీపిస్తే వెంటనే గుర్తించి కాటు వేస్తాయి. సాధారంగా పంట పొలాల్లో, కాల్వల్లో తిరిగే పాములు చాలా వరకు విష పూరితమైనవి కావు. పాములకు ప్రాణభయం ఉన్నప్పుడు ఏకాంతానికి భంగం వాటిల్లినప్పుడు ఎవరైనా తొక్కినప్పుడు, వేటాడేటప్పుడు మాత్రమే అవి కాటు వేస్తాయి.

నాటు వైద్యులను నమ్మి.. ప్రాణాలు కోల్పోవద్దు...

ఇప్పటికీ గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో చాలా మంది పాము కరిచిన వెంటనే నాటు వైద్యులను సంప్రదిస్తున్నారు. పాముకాటుకు నాటు వైద్యం చాలా ప్రమాదకరం. 70శాతం సర్పాల్లో విషం ఉండదు కాబట్టి కొంత మంది నాటువైద్యుల వద్దకు వెళ్లింటే బాగుందని చెబుతుంటారు. విషపాములు కరిస్తే నాటు మందులు పనిచేయవు. దీనిని దృష్టిలో ఉంచుకొని సర్పం కరిచిన వెంటనే ఆసుపత్రులకెళ్లాలి. చాలా మంది ఇలా చేయకుండా ప్రాణాలు పోగొట్టుకుంటున్నారు. పాము కరిచిన వెంటనే గంటల వ్యవధిల్లో శరీరంలోకి విషం ప్రవేశిస్తుంది కాబట్టి ఆలస్యం చేయకుండా వెంటనే ఆసుపత్రికి వెళ్తే ప్రాణాపాయం నుంచి తప్పించుకోవచ్చు.

పాములన్నీ ప్రమాదకరం కాదు

పాముల్లో చాలా వాటికి విషం ఉండదు. కట్ల పాములే ప్రమాదకరమైన సర్ప జాతులు. వాటితోనే ఎక్కువ ప్రమాదం ఉంటుంది. సాధారణంగా 50శాతం పాము కాట్లు విషం ప్రమాదం లేని మామూలు గాయాలే. సర్పాలు కుట్టడం వల్ల కాకుండా చాలా మంది భయంతోనే ప్రాణాలు కోల్పోతుంటారు. ఇంట్లో వారు ధైర్యం చెప్పడానికి బదులు ఏడిస్తే బాధితులు మరింత భయాందోళనకు గురవుతారు.

పాము కాటు లక్షణాలు..

సాధారణంగా విషమున్న పాము కాటు వేసిన చోట రెండు కోరల గాయం కనిపిస్తుంది. నొప్పి తట్టుకోలేం. నొప్పి క్రమంగా పైకి వ్యాపించి తిమ్మిరిగా అనిపిస్తుంది. గొంతు, కండరాళ్లు బిగుచుకున్నట్లు, నాలుక మందమైనట్లు గొంతులో ఏదీ దిగనట్లు అనిపిస్తుంది. చొంగకారడంతో పాటు శరీరం మత్తుగా ఉంటుంది. సహజంగా కొన్ని పాములు కుట్టి వదిలేస్తే.. మరికొన్ని మాత్రం అలాగే పట్టుకొని ఉంటాయి. పాముకాటుకు గురైన వ్యక్తి శరీరం చల్లగా మారిపోతుంది. ఛాతిలో విపరీతమైన నొప్పిరావడంతో పాటు ఆయాసం వస్తుంది. నోటి నుంచి నురగ వస్తుంది.

అవగాహన అవసరం



పాములు ఎక్కువగా సంచరించే సమయం ఇది. పాము కాటుకు గురైన వ్యక్తి ఆందోళన చెందకూడదు. అలాగే బాధితుడిని సకాలంలో ఆసుపత్రికి చేర్చాలి. నాటు వైద్యం జోలికి వెళ్లవద్దు. ఇంజెక్షన్లు అన్ని ఆసుపత్రుల్లో అందుబాటులో ఉన్నాయి. ముఖ్యంగా పాము కాటుకు గురైనప్పుడు ఏం చేయాలనే దానిపై ప్రజలు అవగాహన కలిగి ఉండాలి.

–వెంకటరమణ, డీఎంఅండ్‌హెచ్ఓ, నంద్యాల

తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు

పూర్వం రైతులు పొలాల్లోకి వెళ్లేటప్పుడు శబ్ధం వచ్చే చెప్పులు వేసుకునేవారు. ఆ శబ్దాలకు పాములు పారిపోయేవి. ఇప్పుడు అలాంటి చెప్పులు వేసుకోకపోయినా పొలాల్లో తిరిగేటప్పుడు తప్పని సరిగా పాదరక్షలు ధరించాలి. కర్రతో చప్పుడు చేస్తూ నడవటం వల్ల అలికిడికి పాములు వెళ్లిపోతాయి. రైతులు ఇంటి పరిసరాలను శుభ్రంగా ఉంచుకోవాలి. చెత్తా చెదారం, ముళ్ల పొదలు లేకుండా చూసుకోవాలి. గోడల వారన, కట్టెల్లో విషపురుగులు నక్కే అవకాశం ఉన్నందున ఆయా ప్రదేశాలను శుభ్రంగా ఉంచుకోవాలి.

క్లుప్తంగా

పిచ్చికుక్కల స్వైరవిహారం

- సున్నిపెంటలో నలుగురిపై దాడి


చికిత్స పొందుతున్న గాలెమ్మ

శ్రీశైలంప్రాజెక్ట్: సున్నిపెంట గ్రామంలో ఆదివారం పిచ్చి కుక్కలు స్వైరవిహారం చేశాయి. నలుగురిపై దాడికి పాల్పడ్డాయి. ఈ ఘటనలో బండ్లబజార్‌లో ఎలకపాటి గాలెమ్మ, మురికిపూడి అభిలాష్, నాగెళ్ల ధనుష్, రామాలయం సమీపంలో కటికల రూపస్ తీవ్రంగా గాయపడ్డారు. వీరు స్థానిక ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో చికిత్స తీసుకున్నారు. అధికారులు స్పందించి గ్రామంలో కుక్కలబెడదను నివారించాలని స్థానికులు కోరుతున్నారు.

రోడ్డు ప్రమాదంలో వ్యక్తి మృతి


ప్రమాదంలో మృతి చెందిన ఎరుకలి రాముడు

వెల్దుర్తి(కృష్ణగిరి): మండల పరిధిలోని రామళ్లకోట నుంచి బేతంచర్లకు వేళ్లే రహదారిలో ఆదివారం సాయంత్రం బైక్ పై నుంచి పడి వ్యక్తి మృతి చెందాడు. బేతంచర్ల మండలం, వీరాయిపల్లె గ్రామానికి చెందిన ఎరుకలి రాముడు(50) చిన్న కుమార్తె కర్నూలులో చదువుకుంటోంది. ఫీజు కట్టేందుకు ఉదయం మోటారు సైకిల్‌పై వెళ్లి తిరుగు ప్రయాణంలో వెల్దుర్తిలో చికెన్ తీసుకుని స్వగ్రామానికి వెళ్లుతున్న సమయంలో రామళ్లకోట దాటక కృష్ణమ్మ రచ్చకట్ట వద్ద బైక్ పై నుంచి పడి అక్కడికక్కడే మృతి చెందాడు. ఈ ఘటన ప్రమాదవశాత్తు జరిగిందా లేక ఇతర ఏవైనా కారణాలు ఉన్నాయా అనేది విచారణలో తెలియాల్సి ఉంది. మృతునికి భార్య ఎల్లమ్మ, ఇద్దరు కుమార్తెలు ఉన్నారు. సంఘటనా స్థలానికి చేరుకుని పోలీసులు విచారణ చేపట్టారు.

రేషన్ బియ్యం పట్టివేత

మిడుతూరు: బొలెరో వాహనంలో అక్రమంగా రేషన్ బియ్యం తరలిస్తుండగా పోతులూరి వీరబ్రహ్మేంద్రస్వామి ఆలయం వద్ద పోలీసులు తనిఖీ చేసి పట్టుకున్నారు. 51 బియ్యం సంచులతో పాటు వాహనాన్ని సీజ్ చేసి ఇద్దరిపై కేసు నమోదు చేసినట్లు ఎస్‌ఐ జగన్ మోహన్ తెలిపారు. వెలుగోడు గ్రామానికి చెందిన కిట్టు, మల్లి అనే వ్యక్తులు ఆత్మకూరు నుంచి కర్నూలుకు రేషన్ బియ్యాన్ని తరలిస్తుండగా పట్టుకున్నట్లు వెల్లడించారు.

- ఇదో మానసిక సమస్య
- జిల్లాలో పెరుగుతున్న ఓసీడీ బాధితుల సంఖ్య

మళ్లీ..మళ్లీ.. అదే పని!

కర్నూలు(హాస్పిటల్): సాధారణంగా మానసిక సమస్యలతో బాధపడుతున్న వారిని సమాజంలో సానుభూతి ఉంటుంది. కానీ మానసిక వ్యాధుల్లో చాలా రకాలున్నాయి. అవి మానసిక వ్యాధి లక్షణాలని వైద్యులకు మినహా 98 శాం మందికి అవగాహన ఉండదు. ఓసీడీ రావడానికి కచ్చితమైన కారణం లేదు గానీ కొన్ని నరాల కణాలు ఒకదానితో ఒకటి కమ్యూనికేట్ అవ్వడానికి ఉపయోగపడే సెరోటోనిన్ అనే రసాయనానికి మెదడులోని కొన్ని ప్రాంతాలు స్పందించపోవడం వల్ల ఓసీడీ వస్తుందని వైద్యనిపుణులు చెబుతున్నారు. జన్యుపరంగా కూడా ఈ వ్యాధి వచ్చే అవకాశం ఉందని వారు పేర్కొంటున్నారు. కుటుంబంలో ఎవ్వరికైనా ఈ వ్యాధి ఉంటే వారి వారసులకు 25 శాతం ఈ వ్యాధి వచ్చే అవకాశం ఉందని నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు. ఈ వ్యాధితో బాధపడేవారి సంఖ్య అత్యధికంగా ఉన్నా, సహాయం కోసం వైద్యులను సంప్రదించే వారి సంఖ్య మాత్రం నామమాత్రమే. ఈ వ్యాధితో జిల్లా జనాభాలో 2 నుంచి 3 శాతం ప్రజలు బాధపడుతున్నారని వైద్యులు చెబుతున్నారు. ఈ వ్యాధి సాధారణంగా 18 సంవత్సరాల వయస్సులో ఆరంభమవుతుంది. వ్యాధికి గురైన 5 నుంచి 10 సంవత్సరాల తర్వాతే వైద్యులను బాధితులు సంప్రదిస్తుంటారు. ఒకప్పుడు పిచ్చిపట్టిన వారు మాత్రమే వైద్యులను కలిసేవారు. కానీ సామాజిక మాధ్యమాల కారణంగా పలు రకాల మానసిక వ్యాధులపై అవగాహన పెరగడంతో పలు రకాల మానసిక సమస్యలతో బాధపడుతున్న వారూ సైకియాట్రిస్ట్‌లను సంప్రదిస్తున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో కర్నూలు నగరంలో మానసిక వైద్యుల సంఖ్య కూడా ఓసీడీ బాధితుల సంఖ్య ప్రస్తుతం పెరుగుతోంది.

కారణాలు ఇవీ..

పలు రకాల కారణాల వల్ల మెదడులోని రసాయనాల్లో కలిగే మార్పుల వల్ల ఈ రుగ్మత వస్తుంది. పిల్లల్లో స్ట్రెప్టకోకస్ ఇన్‌ఫెక్షన్ తర్వాత ఈ వ్యాధిరావచ్చు. తలకు గాయాలు తగిలినప్పుడు, మెనింజైటిస్ వంటి వ్యాధుల తర్వాత ఈ వ్యాధి సోకే అవకాశం ఉంది. ఒక కుటుంబంలో ఎవరికైనా ఈ వ్యాధి ఉన్నప్పుడు ఆ కుటుంబంలో ఈ వ్యాధి సోకే అవకాశాలు 25 శాతం ఉంటాయి. అయితే కుటుంబంలో ఒకరికి ఈ వ్యాధి ఉన్నంత మాత్రాన అందరికీ రావాలని మాత్రం లేదు.

లక్షణాలు ఇవీ..

ఓసీడీ రుగ్మత ఉన్న వారికి ఒకే ఆలోచన పదే పదే వస్తుంది. ఈ ఆలోచన వాస్తవానికి దూరంగా ఉన్నా, అర్థంలేని ఆలోచనలను బాధితులు గుర్తించినా, వాటిని నిగ్రహించుకునే శక్తి మాత్రం వారికి ఉండదు. ఇలాంటి పరిస్థితి నుంచి బయటపడలేక, అవసరమైన పనులపై శ్రద్ధ చూపలేక వారు నిరంతరం ఆందోళనకు గురవుతుంటారు. ఈ ఆలోచనలనే అబ్సెషన్స్ అంటారు. అలాగే చేతులకు పదే పదే మురికి అంటిందేమోనని భయపడుతుంటారు. ఇది వారి జీవితాన్ని అనవసరంగా క్లిష్టతరం చేస్తుంది. కానీ ప్రారంభ దశలో సరైన చర్యలతో ఈ రుగ్మతను సులభంగా అధిగమించవచ్చని సూచిస్తున్నారు వైద్యులు.

- మల్లికార్జున ఓ ప్రభుత్వ కార్యాలయంలో పనిచేస్తున్నారు. ఆయనకు నీట్‌గా ఉండటమంటే ఇష్టం. అలాగని ఇంటి నుంచి కార్యాలయానికి వచ్చే సమయంలో పలుమార్లు తను శుభ్రంగా ఉన్నానో లేదో పదే పదే సరిచూసుకుంటారు. ఆఫీస్‌కు వచ్చినా సరే ఎవరికీ షేక్ హ్యాండ్ ఇచ్చి మాట్లాడదు. ఒకవేళ షేక్ హ్యాండ్ ఇస్తే ఎదుటి వారి చేతులకు ఉండే క్రిములు తనకు అంటుకుంటాయోనని భయం. తప్పనిసరి పరిస్థితిల్లో షేక్ హ్యాండ్ ఇవ్వాల్సి వస్తే వెంటనే బాత్‌రూమ్‌కు వెళ్లి సబ్బుతో పలుమార్లు చేతులు కడుక్కుంటాడు. కార్యాలయంలో పైళ్లు తాకినా, ఏ వస్తువును ముట్టుకున్నా వెంటనే జేబులో నుంచి శానిటైజర్ తీసి శుభ్రం చేసుకుంటాడు. కోవిడ్ వెళ్లిపోయి రెండేళ్లు దాటినా ఇప్పటికీ పదిమందిలో ఉంటే తప్పనిసరిగా మాస్క్ ధరిస్తాడు.
- వీరిద్దరికి ఉన్నది అలవాటు కాదు. వీరు అబ్సెసివ్ కంపల్సివ్ డిజార్డర్(ఓసీడీ) అనే మానసిక జబ్బుతో బాధపడుతున్నారు. అసలు ఇలాంటి వ్యాధి ఒకటి ఉందని చాలా మందికి తెలియదు. సాధారణంగా చుట్టుపక్కల శుభ్రంగా ఉండాలనుకోవడం, వ్యక్తిగతంగా శుభ్రంగా ఉండటం మంచిదే కానీ. అది వ్యసనంగా మారితేనే వ్యాధిగా మారుతుంది.
- కర్నూలులోని నంద్యాల చెక్‌పోస్టుకు చెందిన పద్మావతి అనే మహిళ రోజుకు కనీసం పదిసార్లైనా ఇళ్లు శుభ్రం చేస్తుంది. ఇంట్లో అటూ ఇటూ తిరిగినా ఆమెకు పెద్ద చిరాకు. ఇప్పుడే శుభ్రం చేశాను మళ్లీ గలీజ్ చేస్తున్నారని మండిపడుతుంది. ఇక బయటి వారు, చుట్టాలు ఎవ్వరైనా వచ్చి వెళ్లారంటే ఇళ్లంతా పలుమార్లు శుభ్రం చేస్తుంది. ఇక బాత్‌రూమ్‌లైతే సరేసరి. మార్కెట్‌లో ఆధునికంగా వచ్చే లిక్విడ్స్‌ను ఉపయోగించి బాత్‌రూమ్‌లు సువాసనలు వెదజల్లే వరకు శుభ్రం చేస్తుంది. తనకంటికి ఇంపుగా కనిపించేంత వరకు ఆమెకు ఇదే పని. వంటకు ఉపయోగించే కూరగాయాలను సైతం ఆమె రైతుబజార్, వ్యాపారుల వద్ద కొనరు. మాల్స్‌లో మాత్రమే కొనుగోలు చేస్తారు. అక్కడి నుంచి తెచ్చినా కూడా మళ్లీ వాటిని ఉప్పు నీటిలో శుభ్రం చేసి ఫ్రిడ్జ్‌లో ఉంచుతారు. వంట వండేటప్పుడు మళ్లీ వాటిని కడిగి వాడటం ఆమెకు అలవాటు.



కర్నూలు ప్రభుత్వ సర్వజన వైద్యశాలలోని మానసిక వ్యాధుల విభాగం

మందుతో పాటు బిహేవియర్ థెరపీ అవసరం



ఓసీడీ అనే రుగ్మత ఒక స్థాయి వరకు ఏమీ కాదు. వారి రుగ్మతతో ఇతరులకు ఇబ్బంది కలుగుతుంటే మాత్రం మందులతో పాటు బిహేవియర్ థెరపీ ఇవ్వాల్సి ఉంటుంది. తీవ్రమైతే కొన్నిసార్లు మెదడుకు శస్త్రచికిత్స కూడా చేస్తారు. అయితే అబ్సెసివ్ పర్సనాలిటీ డిజార్డర్ అనే రుగ్మతలో కొన్ని లక్షణాలు మనిషికి మేలు చేస్తాయి. అవి అతడు/ఆమె ఎదుగుదలకు ఉపయోడపతాయి. కొందరు వ్యక్తులు ఇంట్లో ఏ పనికిరాని వస్తువునూ పడేయరు. అవి ఎప్పుడో ఒకప్పుడు పనికివస్తాయిలే అని దాచి పెడుతుంటారు. ఇది కూడా ఓసీడీ లక్షణమే.

–డాక్టర్ ఎస్.నాగేశ్వరరావు, మానసిక వ్యాధుల విభాగాధిపతి, జీజీహెచ్, కర్నూలు

అతిభయం, అతి క్రమశిక్షణ

వీరు తమ అజాగ్రత్త కారణంగా ఇతరులకు హాని కలిగిస్తామేమోనని భయపడుతుంటారు. స్టవ్ ఆర్పని కారణంగా అగ్నిప్రమాదం తమ వల్లే జరగవచ్చునని భయం, ఏదైనా, ఎక్కడైనా ప్రమాదం జరిగితే దానికి తామే బాధ్యులమనే భావనతో ఉంటారు. వారు చేసే పనులన్నీ సక్రమంగా, పద్ధతిగా ఉండాలని కోరుకుంటారు. ప్రతీ పనీ సరిగ్గా చేయాలనే ఉద్దేశంతో ఎంతో నిదానంగా, జాగ్రత్తగా పనిచేస్తుంటారు. ఈ కారణంగా వారు ఎప్పటికీ పని పూర్తి చేయలేరు. చిన్న పనులు కూడా రోజుల తరబడి చేస్తుంటారు. వస్తువులు సరైన ప్రదేశాలలో ఉండక పోతే తీవ్రమైన అశాంతికి లోనవుతారు. వారు వాడే ఫోన్ తమ డెస్క్‌కు ఎడమపక్కనే ఉంచడం, కుడి వైపు వాటర్ బాటిల్ పెట్టడం వంటి ప్రతి పనినీ స్థిర నమూనాలో చేస్తారు. వారు తమ చుట్టూ ఉన్న వస్తువులను ఎక్కడ పెట్టాలో అనే విషయంలో చాలా కచ్చితంగా ఉంటారు. దానిలో ఏదైనా మార్పు వస్తే అది వారిని ఆందోళనకు గురిచేస్తుంది.

ఘర్షణలో ఒకరు మృతి

- మరొకరికి గాయాలు
- రెండు గడ్డివాములకు నిప్పు
- గ్రామాన్ని సందర్శించిన ఎస్పీ కృష్ణకాంత్


మృతి చెందిన గిరినాథ్(ఫైల్)

వెల్దుర్తి(కృష్ణగిరి): కర్నూలు జిల్లా వెల్దుర్తి మండలం బొమ్మిరెడ్డిపల్లెలో ఆదివారం సాయంత్రం ఇరువర్గాల మధ్య ఘర్షణ జరిగింది. ఒక వర్గానికి చెందిన అన్నదమ్ములైన గిరినాథ్, లోక్‌నాథ్ గ్రామంలోనే గల మరో వర్గం వ్యక్తి ఇంటిలోకి వెళ్లి దూషణలతో కూడిన దాడులకు పాల్పడ్డారు. ఇది జీర్ణించుకోలేని అవతలి వర్గం తిరగబడటంతో రేగిన ఘర్షణలో దాడికి వెళ్లిన గిరినాథ్, లోక్‌నాథ్‌లకు గాయాలపాలయ్యారు. వీరిని వెల్దుర్తి ప్రభుత్వ ఆస్పత్రికి తరలించగా గిరినాథ్(35) మృతి చెందినట్లు వైద్యులు తెలిపారు. ప్రథమ చికిత్స అనంతరం లోక్‌నాథ్‌ను మెరుగైన చికిత్స కోసం కర్నూలు తరలించారు. మృతి గిరినాథ్‌పై రౌడీషీట్ ఉంది. మృతి చెందిన వ్యక్తి వర్గం వారు దాడి చేసిన వారికి సంబంధించిన రెండు గడ్డివాములకు నిప్పు పెట్టారు. అలాగే బైక్, టీవీని ధ్వంసం చేశారు. ఎన్నికల ఫలితాల రోజు నుంచి గ్రామంలో ఓ వర్గానికి చెందిన వారు మరో వర్గంపై కవ్వింపు చర్యలకు పాల్పడటంతోపాటు దాడులు చేస్తూ వచ్చారు. రోజు జరుగుతున్న దాడులు భరించలేక ప్రతిదాడికి పూనుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఈ నెల 4న ఫలితాలు వెలువడిన రోజే సాయంత్రం నూకరాజు అనే వ్యక్తిపై గిరినాథ్, లోకనాథ్‌తోపాటు మరో కొంత మంది దాడి చేయగా ఏడుగురిపై ఎస్సీ, ఎస్టీ కేసు నమోదు అయ్యింది. కాగా ఆదివారం గ్రామాన్ని పత్తికొండ డీఎస్పీ శ్రీనివాసరెడ్డి, సీఐ సురేష్‌కుమార్‌రెడ్డి, ఎస్‌ఐ చంద్రశేఖర్‌రెడ్డి పరిశీలించారు. విషయం తెలుసుకున్న జిల్లా ఎస్పీ కృష్ణకాంత్ గ్రామానికి చేరుకుని జరిగిన సంఘటనపై ఆరా తీశారు. గ్రామంలో ప్రతి దాడులు జరగకుండా గట్టి బందోబస్తు ఏర్పాటు చేశామని తెలిపారు.


గ్రామంలో పర్యటిస్తున్న జిల్లా ఎస్పీ కృష్ణకాంత్

అహోబిలంలో ఇరువర్గాల ఘర్షణ

ఆళ్లగడ్డ: అహోబిలంలో ఆదివారం ఇరువర్గాలు ఘర్షణకు దిగడంతో తీవ్ర ఉద్రిక్త పరిస్థితి నెలకొంది. గ్రామానికి చెందిన కొందరు టీడీపీ శ్రేణులు గ్రామ పంచాయతీ గేట్ వసూలు కాంట్రాక్టర్‌లైన వైఎస్‌ఆర్‌సీపీ కార్యకర్తలను దూ షించారు. ఈ విషయం తెలుసుకున్న ఆ పార్టీ నాయకులు ప్రశ్నించేందుకు గుంపుగా బయలుదేరగా పోలీసులు వారిని అడ్డుకుని వెనక్కు పంపించారు. అయితే, టీడీపీ శ్రేణులు వారిని రెచ్చగొట్టేలా కేకలు వేస్తూ వెంబడించారు. ఈ క్రమంలో ఇరువర్గాలు ఒకరిపై ఒకరు రాళ్లు, కర్రలతో దాడులు చేసుకునేందుకు వీధుల్లోకి రావడంతో తీవ్ర ఉద్రిక్తత చోటుచేసుకుంది. అంతలో ప్రత్యేక కేంద్ర పోలీస్ బలగాలతో అక్కడకు చేరుకున్న రూరల్ సీఐ హనమంత నాయక్, ఎస్‌ఐ నరసింహులు ఇరువర్గాలను చెదరగొట్టడంతో ప్రజలు ఊపిరి పీల్చుకున్నారు. అనంతరం ఇరువర్గాల ఫిర్యాదులు స్వీకరించి విచారణ చేపట్టారు.

విద్యుత్ షార్ట్ సర్క్యూట్‌తో బంకు దగ్ధం


కాలిపోయిన నగదు, సామగ్రి

పత్తికొండ రూరల్ : మండల పరిధిలోని కనకదిన్నె గ్రామంలో నెంబిచాముండేశ్వరి అనే మహిళ జీవనాధారం కోసం పెట్టుకున్న బంకు ఆదివారం విద్యుత్ షార్ట్ సర్క్యూట్‌తో కాలిపోయింది. ఎప్పటిలాగానే ఉదయం బంకు తెరవగా మంటలు రావడాన్ని గమనించి చుట్టుపక్కల వారికి తెలపడంతో విద్యుత్‌వైర్లు తొలగించారు. ఫైర్ స్టేషన్‌కు సమాచారాన్ని అందించడంతో అక్కడికి చేరుకున్న సిబ్బంది మంటలు ఆర్పేశారు. అయితే అప్పటికే బంకులో కిరాణం సరుకులు, ఫ్రిజ్, కొంత నగదు కూడా మంటల్లో కాలిపోయి రూ.2లక్షల వరకు నష్టం వాటిల్లినట్లు బాధితురాలు తెలిపారు.

ఆరిపోయిన ఆశల దీపం

- రోడ్డు ప్రమాదంలో వైద్య విద్యార్థి దుర్మరణం


ఆర్. తేజేష్‌రెడ్డి(ఫైల్)


ప్రమాదానికి గురైన మోటారు సైకిల్ బైక్


ఢీకొన్న ఆర్టీసీ బస్సు

కర్నూలు(హాస్పిటల్): ఆశల దీపం ఆరిపోయింది. రోడ్డు ప్రమాదం ఓ వైద్య విద్యార్థిని బలితీసుకుంది. కర్నూలు మెడికల్ కాలేజీలో ఎంబీబీఎస్ మూడో సంవత్సరం చదువుతున్న ఆర్. తేజేష్‌రెడ్డి(21) ఆదివారం మృత్యువాత పడ్డాడు. మోటారు సైకిల్‌ను ఆర్టీసీ బస్సు ఢీకొనడంతో ఈ దుర్ఘటన చోటుచేసుకుంది. సత్యసాయి జిల్లా రోళ్ల మండలం పిల్లగుండ్ల గ్రామానికి చెందిన రంగనాథప్ప, ఆయన భార్య లక్ష్మి ప్రభుత్వ ఉపాధ్యాయులుగా పనిచేస్తున్నారు. వీరికి ఇద్దరు కుమారులు. చిన్న కుమారుడు ఇంజినీరింగ్ చదువుతున్నాడు. పెద్ద కుమారుడైన తేజేష్‌రెడ్డి కర్నూలు మెడికల్ కాలేజీలో మూడో సంవత్సరం ఎంబీబీఎస్ చదువుతున్నాడు. ఆదివారం ఉదయం 6 గంటలకు కళాశాలలోని రీడింగ్ రూమ్‌కు వచ్చి చదువుకుని 7.30 గంటల సమయంలో రాజవిహార్ సమీపంలోని మెడికల్ హాస్టల్‌కు టిఫిన్ కోసమని తన రాయల్ ఎన్‌ఫీల్డ్ బైక్(బుల్లెట్)పై బయలుదేరాడు. కళాశాల గేటు దాటి బయటకు రాగానే పెట్రోల్ బంక్ దాటిన తర్వాత అదే రోడ్డులో నందికొట్కూరు నుంచి కర్నూలుకు వేగంగా వస్తున్న నందికొట్కూరు డిపోకు చెందిన పల్లెవెలుగు ఆర్టీసీ బస్సు వేగంగా ఢీకొట్టింది. ప్రమాదంలో తేజేస్ రెడ్డి అక్కడికక్కడే మృతి చెందాడు. ట్రాఫిక్ పోలీసులు అతని మృతదేహాన్ని పోస్టుమార్టం నిమిత్తం కర్నూలు ప్రభుత్వ సర్వజన వైద్యశాలలోని మార్చురీకి తరలించారు. మధ్యాహ్నం తల్లిదండ్రులు రావడంతో పోలీసులు పంచనామా చేసి మృతదేహాన్ని అప్పగించారు. చదువు పూర్తయ్యాక పెద్ద డాక్టర్ అయి తమకు అండగా ఉంటాడని భావించిన ఆ తల్లిదండ్రులు కుమారుని మృతదేహాన్ని చూసి తల్లడిల్లిపోయారు.

వైఎస్సార్‌సీపీ కార్యకర్తపై దాడి


గాయపడిన వైఎస్సార్‌సీపీ కార్యకర్త కృష్ణకాంత్‌ని అంబులెన్స్‌లో తరలిస్తున్న దృశ్యం

అవుకు: టీడీపీ నాయకులు, కార్యకర్తలు బరితెగించి వైఎస్సార్‌సీపీ శ్రేణులపై దాడులకు పాల్పడుతున్నారు. ఎన్నికల ఫలితాలు వెలువడిన తర్వాత వారి ఆగడాలు మరింత ఎక్కువయ్యాయి. తాజాగా ఆదివారం రామాపురం గ్రామంలో వైఎస్సార్‌సీపీ కార్యకర్త కృష్ణకాంత్‌పై అధికార పార్టీ కార్యకర్తలు రాళ్లు, కట్టెలతో దాడి చేశారు. ఈ ఘటనలో కృష్ణకాంత్ కుడి కాలికి బలమైన గాయం అయింది. వెంటనే బాధితుడిని చికిత్స నిమిత్తం 108 అంబులెన్స్‌లో బనగానపల్లె ప్రభుత్వ అసుపత్రికి తరలించారు. ఇరువర్గలపై కేసు నమోదు చేశామని ఎస్‌ఐ కిరణ్ తెలిపారు.

జోనల్ స్థాయి క్రికెట్ విజేత కర్నూలు డీఈఓ జట్టు


ట్రోఫీ అందజేస్తున్న డీఈఓ శామ్యూల్

కర్నూలు (టౌన్) : నగర శివారులోని ఆదర్శ విద్యామందిర్ క్రీడా ప్రాంగణంలో రెండు రోజులుగా జరుగుతున్న రాయలసీమ జోన్ క్రికెట్ పోటీలు ఆదివారం సాయంత్రం ముగిశాయి. ఈ పోటీల్లో కర్నూలు డీఈఓ కార్యాలయ జట్టు చాంపియన్‌గా నిలిచింది. ఫైనల్‌లో అనంతపురం జట్టుపై కర్నూలు డీఈఓ జట్టు వికెట్ నష్ట పోకుండా విజయం సాధించింది. తొలుత అనంతపురం జట్టు నిర్ణీత 12 ఓవర్లలో 94 పరుగులు చేయగా తర్వాత బరిలో దిగిన కర్నూలు జట్టు ఆ లక్ష్యాన్ని సులభంగా ఛేదించింది. మ్యాన్ ఆఫ్‌ది సిరీస్ అవార్డును కర్నూలు డీఈఓ కార్యాలయ జూనియర్ అసిస్టెంట్ భరత్, మ్యాన్ ఆఫ్ ది మ్యాచ్ అవార్డును నవీన్‌రెడ్డికి దక్కింది. విజేతలకు జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారి శామ్యూల్ ట్రోఫీలు అందజేసి మాట్లాడారు. నిరంతరం పని ఒత్తిడిలో ఉండే ఉద్యోగులకు క్రీడలు ఎంతో ఉపశమనం ఇస్తాయన్నారు. కార్యక్రమంలో జిల్లా స్కూల్‌గేమ్స్ కార్యదర్శి జోసఫ్ లక్ష్మయ్య, వ్యాయామ ఉపాధ్యాయులు శేఖర్, పాల్ సుధాకర్ పాల్గొన్నారు.

ఆరోగ్యానికి వా'కింగ్'

- మారుతున్న జీవన శైలితో నడకకు పెరుగుతున్న ప్రాధాన్యత
- పట్టణాల్లోని పార్కుల్లో ప్రత్యేక ట్రాక్‌ల ఏర్పాటు
- ప్రజల్లో ఆరోగ్యంపై పెరిగిన శ్రద్ధ
- శారీరక దారుఢ్యంతో పాటు ఆరోగ్యం
- నిత్య ప్రక్రియగా మార్చుకోవాలంటున్న వైద్యులు


ఎస్పీజీ మైదానంలో వాకింగ్ చేస్తున్న పట్టణ వాసులు

నంద్యాల(న్యూటౌన్): నడక.. ఆరోగ్యానికి ప్రధాన సూత్రం. నిత్యం నడిస్తే ఎన్నో వ్యాధుల ముప్పును తప్పించుకోవచ్చని నిపుణులు సైతం పేర్కొంటున్నారు. మారుతున్న జీవనశైలితో ఊబకాయం, షుగర్, బీపీ వ్యాధి గ్రస్తులకు నడక తప్పనిసరి అని వైద్యులు చెబుతున్నారు. మాత్రల కన్నా నడకతోనే వ్యాధిని నివారించవచ్చని, అదుపులో ఉంచుకోవచ్చంటున్నారు. ఇప్పటికే ప్రజల్లో ఆరోగ్యంపై అవగాహన పెరగడంతో ఉదయం, సాయంత్రం వేళల్లో నడకను కొనసాగిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా పట్టణవాసులు నడకను తమ జీవితంలో భాగం చేసుకుంటున్నారు. సూర్యోదయానికి ముందే మైదానాలు, పార్కులు, పట్టణ శివారు ప్రాంతాలకు వెళ్లి కనీసం గంటపాటు నడక సాగిస్తున్నారు. వీలుకాని కొందరు ఇంట్లోనే ట్రెడ్‌మిల్, సమీపంలోని రోడ్లపై నడుస్తున్నారు. నంద్యాల పట్టణంలో ఎస్పీజీ క్రీడా మైదానం, చెరువుకట్ట పాంతం, జిమ్‌లు ఉదయం, సాయంత్రం వేళల్లో కిటకిటలాడుతున్నాయి. వృద్ధులు, యువత పలు ప్రధాన ప్రాంతాల్లో వాకింగ్, వ్యాయామం చేస్తున్నారు. గతంలో పోలిస్తే ప్రస్తుతం వాకింగ్ చేసే వారి సంఖ్య గణనీయంగా పెరిగిందని వ్యాయామ ఉపాధ్యాయులు పేర్కొంటున్నారు. గతంలో రోజుకు 50 నుంచి 70 మంది వాకింగ్ చేసేవారని. ఇప్పుడు వందల సంఖ్యలో వాకింగ్‌కు వెళ్తున్నారని చెబుతున్నారు. రోజుకు గంట వ్యాయామం చేయడం ద్వారా శారీరక దృఢత్వం, మానసిక ఉల్లాసం కలుగుతుందని, ఆలోచనా సామర్థ్యం సైతం పెరుగుతుందని వైద్యనిపుణులు తెలియజేస్తున్నారు.

అధిక బరువును తగ్గించుకునేందుకు..

ప్రస్తుతం జీవన విధానంలో వచ్చిన మార్పుల కారణంగా జనాభాలో అధిక శాతం మంది ఊబకాయంతో బాధపడుతున్నారు. ముఖ్యంగా చిన్నారులు, యువత అధిక బరువు కారణంగా వ్యాధుల బారిన పడుతున్నారు. ఫాస్ట్‌ఫుడ్స్, కేక్‌లు, పిజ్జాలు, బర్గర్లు, చాట్స్ వంటి జంక్ ఫుడ్స్‌ను అధికంగా తీసుకోవడం వల్ల ఈ సమస్య ఉత్పన్నమవుతోంది. అధిక బరువుతో బాధపడుతున్న వారు వాకింగ్ ట్రాక్‌లలో పరుగులు తీస్తుండగా మరి కొందరు యోగా సెంటర్లను ఆశ్రయిస్తున్నారు. పట్టణంలోని పలు పార్కుల్లో వాకింగ్ ట్రాక్‌లు, జిమ్ పరికరాలను ప్రభు త్వం ఏర్పాటు చేసింది. దీంతో సమీప ప్రాంతాల వాసులు పార్కుల్లో వాకింగ్ చేస్తున్నారు.

ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ..

ప్రతిరోజూ నడకతో బీపీ, షుగర్‌ను అదుపులో ఉంచుకోవచ్చు. గుండె జబ్బులు, కొలెస్ట్రాల్, కీళ్ల, మోకాళ్ల నొప్పులు, ఆందోళన, మానసిక ఒత్తిడిని దూరం చేసుకోవచ్చు. శారీరక శ్రమతో చిన్నారులను ఆడించడం ద్వారా వారిలో ఎదుగుదల, మానసిక పరిపక్వత, ఏకాగ్రత, మంచి ఆలోచనాశక్తి పెరుగుతుంది.

షుగర్ నియంత్రణలో ఉంది



గత 20 ఏళ్లుగా వాకింగ్ చేస్తున్నా. రోజూ సాయంత్రం సమయంలో 40 నిమిషాల పాటు నడుస్తున్నా. షుగర్ నియంత్రణలోనే ఉంది. బలహీనత తెలియడంలేదు. ఆరోగ్యంగా ఉంటున్నా. నడక కారణంగా శరీరం చలాకీగా ఉంటోంది.

– శ్యాంసుందర్‌రెడ్డి, నెహ్రూనగర్, గోస్పాడు

నిద్ర బాగా పడుతుంది



క్రమం తప్పకుండా గత 30 ఏళ్లుగా వాకింగ్ చేస్తున్నా. ఉదయం, సాయంత్రం తప్పకుండా వాకింగ్ చేస్తా. చలాకీగా ఉంటున్నా.. ఆరోగ్య సమస్యలు లేవు. నడకతోనే ఆరోగ్యం.

– కేశవరావు, నంద్యాల

రెగ్యులర్‌గా వాకింగ్ చేయాలి



ప్రతి ఒక్కరు రెగ్యులర్‌గా వాకింగ్ చేస్తే ఆరోగ్యానికి ఎంతో మంచిది. శరీర బరువుతో పాటు కొలెస్ట్రాల్, బీపీ, షుగర్ నియంత్రణలో ఉంటాయి. గుండెపోటుకు గురయ్యే అవకాశం తక్కువగా ఉంటుంది. ప్రస్తుత పరిస్థితుల నేపథ్యంలో నడకకు ఎంతో ప్రాముఖ్యత ఉంది. రోజూ ఉదయం అరగంట నుంచి గంట పాటు వాకింగ్ చేయడం ఎంతో ఉత్తమం. – గోపాల్, వైద్యాధికారి, గోస్పాడు